

# Lebensrad / Lebensbalance

1	Mut/Neubeginn/..	4	Geborgenheit/Entwicklung/..	7	Beziehung/Partnerschaft/..	10	Verantwortung/Grenzen/..
2	Werte/Wohlbefinden/..	5	Kreativität/Gestaltung/..	8	Wandlung/Verbindlichkeit/..	11	Freiraum/Vernetzung/..
3	Kommunikation/Bewegung/..	6	Gesundheit/Umwelt/..	9	Philosophie/Bildung/..	12	Zusammenarbeit/Vertrauen..

**7 / Oktober 09**

## Inspiration zu Beziehung/Networking

Der Nutzen von Kontakten und Beziehungen ist in vielen Bereichen (vgl. Lebensrad-Bereiche) unschätzbar. Ungefähr 60% des beruflichen Erfolgs gehen auf das Konto „Beziehungen“. Beförderungen, schnelle Hilfe bei Problemen sowie Zugang zu wertvollen Informationen erhalten Menschen mehrheitlich über Kontakte. Aufträge werden zu 80% durch Empfehlungen, Bekannte und Mund-zu-Mund-Propaganda vermittelt.

Im Privaten umfasst die Beziehungspflege, die Fähigkeit, Freunde zu behalten und auch Beziehungen, die schon fast in das Reich der Vergessenheit versinken, regelmässig und gezielt zu reaktivieren.

Beziehungspflege, Networking meint den gezielten Aufbau, das Erhalten und die Pflege von Kontakten zum beidseitigen Nutzen – sei es durch Informationsaustausch, gemeinsame private und/oder berufliche Interessen oder verschaffen von weiteren Kontakten durch Empfehlung.

Es ist wichtig, die Fähigkeiten zu entwickeln, die für ein erfolgreiches Beziehungsmanagement und „Networking“ ausschlaggebend sind. Mehr zu den Fähigkeiten finden Sie im visionleben album, insbesondere mit den Inspirationen im Juni, Juli, August)

### **Sie haben mehr Kontakte als Sie denken!**

Wenn Sie gezielt die verschiedenen Stationen Ihres Lebens und Ihres beruflichen Werdeganges durchgehen, finden Sie viele Menschen, zu denen Sie den Kontakt gezielt wieder herstellen können. Oft können Ihre Kontakte nicht direkt helfen, aber behalten Sie und Ihre Situation im Hinterkopf und/oder können Sie weiterempfehlen, wenn sich die Gelegenheit ergibt. Überlegen Sie sich auch, durch welche Aktivitäten Sie Ihr Kontaktnetz weiter ausbauen können. Suchen Sie sich ein Feld, in dem Sie persönliches Interesse und der Gelegenheit professioneller Kontakte verbinden können.

Wichtig ist auch, dass Sie eine klare Zielsetzung haben und sich und Ihre Situation positiv und präzise darstellen. (Inspiration Selbstdarstellung, visionleben Album , August)

### **Tips um Ihre Networking-Kompetenz zu erweitern:**

#### 1) Jours fixes für Treffen:

Ein regelmässiger Termin (z.B. 4x im Jahr) für ein Treffen mit bestimmten Kontakten und evtl. auch zu bestimmten Themen. Sie reduzieren damit auch den verbundenen Organisationsaufwand Ihrer Netzwerkpflege.

#### 2) Internet Kontakte/Networking mittels Website, Forum, Chat:

[www.XING.com](http://www.XING.com) (professionelles Networking weltweit)

[www.facebook.ch](http://www.facebook.ch) (soziales Netzwerk weltweit)

[www.earthlifesisters.ning.com](http://www.earthlifesisters.ning.com) (soziales Netzwerk für Frauen, Friedensarbeit)

#### 3) Tauschen – Austauschen von Dienstleistungen und Waren:

[www.tauschnetz.ch](http://www.tauschnetz.ch) (Luzerner Tauschnetz, Verein in dem Waren und Dienstleistungen getauscht werden und auch der Beziehungspflege dient)

*„Eine echte menschliche Beziehung zu haben heisst, absolut keine Vorstellung,  
kein Bild, keine Schlussfolgerung zu haben. (Krishnamurti)*